

# Fördern durch Fordern von Mädchen im Sportunterricht -

## (Unterschiedliche) Perspektiven von Leistung im Sportunterricht Mädchen

### Sportunterricht für Mädchen – ein globales Menschenrecht zur Förderung von Mädchen

2019 wurde ein seit langem erhoffter Meilenstein in der Geschichte des Mädchenschulsports erreicht. Saudiarabien gesteht erstmals den Mädchen seines Landes den von der UNESCO längst als Menschenrecht verankerten Schulsport zu. Die Forderung namhafter internationaler sport-/ pädagogischer Organisationen und WissenschaftlerInnen hat letztlich Früchte getragen (u.a. IAPESGW, 2010; Benn, Pfister & Jawad, 2011). Interne Quellen berichten, dass die Diskussion darüber schwierig war, weil Forderungen von außen als kontraproduktiv für das Anliegen gewertet werden könnten. Eines war nämlich klar, dass mit der Einführung eines verpflichtenden Sportunterrichts für Mädchen Mädchen (und Frauen) generell gestärkt werden und gesellschaftliche Veränderungen nach sich ziehen könnte. Mädchen, die durch den Schulsport eine Gelegenheit bekommen, sich in positiver Weise mit ihren Körpern auseinanderzusetzen, stellen in gewisser Weise eine „Gefahr“ für die Gesellschaft dar, die durch emanzipatorische Entwicklungen aus dem tradierten Gleichgewicht geraten könnte. Diese international gesehene späte Einführung von Mädchensportunterricht wurde vor allem mit Gesundheit argumentiert, da man dringend Maßnahmen gegen den hohen Anteil übergewichtiger Mädchen und Frauen setzen wollte, um insgesamt eine höhere Leistungsfähigkeit zu erreichen. Das Thema des diesjährigen Heftes von Mädchen im Turnsaal könnte daher nicht treffender sein.

### Ausgangspunkt: Leistungspotenziale von Mädchen

Die Diskussion um körperliche Leistung und Leistungsfähigkeit im Sport läuft mit Blick auf Geschlechterverhältnisse häufig darauf hinaus, dass man Mädchen und Frauen prinzipiell eine geringere Leistung bescheinigt und ihnen häufig auch eine geringere Leistungsbereitschaft nachsagt.

Dies hat Auswirkungen auf verschiedenen Ebenen. Am augenscheinlichsten fallen diese dort aus, wo man die aufgrund körperlicher Voraussetzungen gegebenen geringeren absoluten Leistungen (wie z.B. geringere Geschwindigkeiten, Weiten,

Höhen, ...) auch gesellschaftlich als weniger gut und wichtig bewertet. Die jährlich erstellte Forbes-Liste der bestbezahlten Sportlerinnen und Sportler spricht eine sehr eindeutige Sprache: Unter den 100 BestverdienerInnen findet sich gerade einmal eine Frau auf Platz 63. Die ersten Plätze werden unter Fußballspielern (1–3), Boxern (4), Tennisspielern (5), American Footballspielern (6–7), Basketballern (8–10), Golfern (11), Formel1-Fahrer, Baseballspielern (17) usw. aufgeteilt. Die beste und einzige Frau ist Serena Williams auf Platz 63 mit knapp 30 Mio US Dollar Verdienst (im Vergleich zu 102 Mio US Dollar für Lionel Messi auf Platz 1). Sieht man sich diese Liste der Bestverdienenden an, dann fällt nicht nur die Männerdominanz auf, sondern auch die Sportarten, die in besonderer Weise männlich attribuiert sind.

Diese gesellschaftliche und medial unterschiedliche Bewertung auf die Leistung von Frauen und Männern im Sport beeinflusst durchaus auch die Motivation von Mädchen und Burschen, sich (mehr oder weniger) im Sport zu verausgaben, da auch ihnen rasch klar ist, welche Möglichkeiten und Chancen mit der Leistungserbringung verbunden sind. In einer Studie von Hunger mit Kindergartenbuben zeigt sich, wie früh derartige Muster verinnerlicht sind, denn Buben wissen in diesem Alter schon ganz genau, was sie sich von ihrer Beteiligung im Fußballsport erwarten: „Werden wie Ronaldo“ (Hunger, 2019). Angesichts der geringeren gesellschaftlichen Bewertung von Frauensport ist auch nicht verwunderlich, dass sich Mädchen deutlich weniger im Hochleistungssport engagieren.

### Diskussion um die generelle Abnahme der körperlichen Leistungsfähigkeit (von Mädchen) als globaler Trend

Auch im internationalen Diskurs werden Sportbeteiligung und Leistungsfähigkeit von Mädchen / im Schulsport als Themen und Problembereiche diskutiert. Dies ist einerseits gut, da man verstärkt den Blick auf die Mädchen und die vielerorts ungünstigen Rahmenbedingungen für Teilnahme und Möglichkeiten für Leistungs-/Sport richtet. Andererseits verstärkt man damit den Fokus auf vermeintliche Defizite und den Aufholbedarf der Mädchen, und meint unausgesprochen nicht selten auch deren fehlende Bereitschaft, sich im Sport zu engagieren. Im

Rahmen der Diskussion um einen weltweit beobachtbaren dramatischen Rückgang an körperlicher Aktivität sowie zeitgleich steigender Adipositasraten fallen die Geschlechterunterschiede ebenfalls auf. So liegt der Anteil der Mädchen, die die WHO-Vorgaben von täglich einer Stunde Bewegung erreichen, bei den 17-jährigen Österreicherinnen nur mehr über knapp 5% (HBSC Studie 2014, *Health-Behaviour in School-aged Children*; [www.hbsc.org](http://www.hbsc.org), vgl. Diketmüller, 2016).

Ähnliche Trends zeigen sich auch in vormalig sportlich sehr leistungsorientierten Nationen wie Tschechien. Mit großer Sorge berichtet Fialova (2019) von dramatischen Rückgängen im Bereich der körperlichen und motorischen Kompetenzen tschechischer Schülerinnen und beklagt den im Vergleich zu früheren Jahrzehnten deutlich gesunkenen Fitnesszustand. Fialova führt diesen Rückgang an Leistung auch darauf zurück, dass sich insbesondere nach der „Wende“ die ausgewählten Sportinhalte in Richtung Spiel(sport) verschoben haben und die Leistungsentwicklung insbesondere in den traditionellen Sportarten zunehmend als unwichtiger erachtet wurde. Diesen Daten von Fialova stehen die Erfahrungen einer österreichischen Sportlehrerin entgegen, die tschechische Schülerinnen in Österreich unterrichtete und begeistert von deren leistungsorientierter Einstellung war.

Die Diskussion um zunehmend schlechtere motorische Leistungen von (weiblichen) Studierenden zeichnet sich in Österreich auch bei der Frage nach der Eignung von Studierenden für ein Studium der Sportwissenschaft / des Lehramts ab. Gerade die Differenzierung der Eignungskriterien nach Geschlecht löst insbesondere bei den männlichen Bewerbern immer wieder Fairnessdiskussionen aus. Insgesamt ist aber festzuhalten, dass sich das Verhältnis von männlichen zu weiblichen Studierenden recht hartnäckig auf 1/3 weiblichen und 2/3 männlichen Studierenden eingependelt hat und Sportstudien insgesamt eine geschlechterspezifisch unterschiedliche Anziehungskraft haben dürften.

### Wenn das Angebot nicht passt: Spaß (und Verweigerung) als alternatives Gegenprogramm zur sportlichen Leistung

Pfister und With-Nielsen (2010) haben in einer Studie nachgezeichnet, dass und wie Mädchen im Sportunterricht reagieren, wenn sie das Gefühl haben, dass der Sportunterricht nicht ihren Möglichkeiten und Fähigkeiten entspricht. Dieses Phänomen, das oft als simple Schulsportverweigerung (miss-) interpretiert wird, kommt häufig(er) in koedukativem Sportunterricht vor und kann nach Meinung der Autorinnen als

(nachvollziehbarer) Protest gegen die Zumutungen der Geschlechterhierarchie im Sportunterricht gesehen werden. Die höheren Erwartungen der Lehrkräfte an die Leistungsfähigkeit und Sportlichkeit der Jungen als an jene der Mädchen hätten Lehrkräfte wie SchülerInnen verinnerlicht (S. 52). Mädchen würden in Folge Anerkennung nicht (mehr) über ihre sportlichen Leistungen suchen (weil sie ohnedies in einem auf Jungen orientierten Sportunterricht keine Chance auf Beteiligung hätten), sondern in Weiblichkeitsinszenierungen auf Basis ihres Aussehens und Auftretens. Auch die Weigerung der Mädchen, sich sportlich zu kleiden, zeigt, wie wenig wichtig es den befragten Mädchen im Sportunterricht ist, ihre Leistungen zu verbessern. Dieser Rückzug der Mädchen aus dem Sportunterricht wird von vielen oft fälschlicherweise nicht als Protest interpretiert, sondern als normales Verhalten von (unsportlichen) Mädchen.

Als Lösung wird von Pfister und With-Nielsen ein Sportunterricht propagiert, der Kinder und Jugendliche beiderlei\* Geschlechts mit unterschiedlichen Fähigkeits- und Fertigkeitsebenen, mit unterschiedlicher sozialer und ethnischer Herkunft und mit unterschiedlichen Interessen anspricht (z.B. Frohn, 2007) und Sport und Bewegungspraktiken losgelöst von Geschlechterzuordnungen und stereotypen Leistungsattributionen sieht. Das bedeutet, dass die Haltung und Einstellung der Lehrkräfte, die sie Mädchen gegenüber im Sportunterricht entgegenbringen, besonders wirksam ist bei der Motivierung von Mädchen.

Selbst in Studien zur Nutzung von Pausenhöfen in Schulen und Außenflächen in Kindergärten finden sich Hinweise darauf, dass Mädchen v.a. dann bewegungsaktiver und leistungsinteressierter sind, wenn PädagogInnen sie in ihrem Tun bestärken und Bewegung und Leistungserbringung als selbstverständlich für alle Kinder vermittelt wird (Diketmüller, 2019). Ohne spezifischen Förderblick werden mit der Typisierung von Mädchen in schulischen Freiräumen in (1) die Fußballmädchen, (2) die Tanzmädchen und (3) die Tratschmädchen nach wie vor oft unterschwellig Abwertungen hinsichtlich des Leistungs- und Bewegungsverhaltens mittransportiert.

### Neue Trends der Leistungssteigerung und Leistungskontrolle

Nur auf den ersten Blick ambivalent scheint daher, dass Mädchen und Frauen zunehmend Sporttrends wie HIIT-Training, Freeletics, Crossfit, Bootcamps etc. aufgreifen, um auf einem hochintensiven Level Sport zu treiben und die eigene Leistungsfähigkeit zu steigern. Die oft damit einhergehenden

Gruppeninszenierungen und Wettbewerbsevents verstärken das Commitment. Oft kommen dabei auch Smartphones, Social Media oder Apps zum Einsatz, die sie zur Teilnahme motivieren und ihnen gleichzeitig die Möglichkeit zur Präsentation in der Community sowie zur Selbstkontrolle bieten.

Aus pädagogischer und Geschlechterperspektive ist dabei allerdings auch kritisch zu hinterfragen, inwieweit mit diesen Trends nicht auch Zwänge verbunden sind, gesellschaftliche Normen zu erfüllen und sich am „Kampf“ um die fittesten und leistungsfähigsten Körper zu beteiligen. Hier treffen gerade gesellschaftliche Erwartungen und individuelle Bedürfnisse nach sozialer Anerkennung aufeinander, die es dann letztlich Einzelindividuen erschwert, diese Standards zu ignorieren und selbstbestimmt sich für oder gegebenenfalls auch gegen gängige Trends zu entscheiden (*Dimitriou, 2019*).

### Leistungsmotivation durch Fördern der Erfolgszuversicht und Setzen adäquater Anspruchsniveaus

Aus Theorien und Studien zur Leistungsmotivation geht hervor, dass Männer und Frauen ihre Leistung tendenziell unterschiedlich begründen (*geschlechterspezifische Leistungsattribution, Pinnow, 2010*). Mädchen und Frauen tendieren dazu, Erfolg eher auf externale Faktoren (wie z.B. Zufall, Glück, leichte Bedingungen) und Misserfolg auf internale Faktoren (wie z.B. mangelndes Können) zurückzuführen. Männer attribuieren eher gegenteilig mit internaler Attribuierung bei Erfolg (Können) und externaler Attribuierung bei Misserfolg (Pech), was insgesamt förderlicher für das Selbstkonzept ist. Bei „misserfolgsorientierten“ Menschen kommt hinzu, dass sie das Anspruchsniveau (Ziel) tendenziell unrealistisch in entweder zu leichten oder zu schweren Aufgaben setzen, sodass weder das Erreichen des zu leichten Ziels noch das Misslingen bei zu schweren Aufgaben keine selbstwertsteigernde Wirkung mit sich bringen.

Für Mädchen, die sich sozialisationsbedingt in ihrem Leistungsniveau tendenziell unterschätzen, ist es daher besonders wichtig, dass sie lernen, ihre eigene Leistungsfähigkeit richtig und adäquat einzuschätzen und Ziele so zu formulieren, dass sie diese mit Anstrengung erreichen können. Aufgabe eines geschlechtersensiblen und kritisch-reflektierten Unterrichts ist es daher, die Rahmenbedingungen für Mädchen so zu setzen und sie so zu bestärken, dass sie eine Chance sehen und auch ein Interesse daran entwickeln, ihre eigenen Leistungsgrenzen nach außen zu verschieben und Wege dorthin auch realistisch einschätzen können (*Diketmüller, 2016*).

### Leistungsbewusst und selbstbestimmt

Die vorhergehenden Ausführungen zeigen, wie wichtig eine reflektierte Einstellung und Haltung der Lehrkräfte zur Leistung von Mädchen im Sport und der Einsatz grundlegender Techniken der Leistungsmotivierung sind. Wright (1999) plädiert aber auch dafür, dass sich Lehrkräfte in der Aus- und Fortbildung intensiver mit dem Diktat allseits fitter und leistungsfähiger Menschen auseinandersetzen und gängige Praktiken der Leistungsoptimierung kritischer reflektieren. Vor diesem Hintergrund sind auch Widerstand und Leistungsverweigerung von Mädchen im Sport/-unterricht anders einzuordnen (*u.a. Pfister & With-Nielsen, 2010*).

Die ausgearbeiteten Praxisbeispiele in diesem Heft setzen genau da an und zeigen Wege auf, wie Schülerinnen im Sportunterricht Kompetenzen für eine systematische körperliche und motorische Leistungsentwicklung erwerben können, die an den Bedürfnissen und Interessen der Mädchen ansetzen und auch Raum für kritische Reflexion gängiger Praktiken der Leistungsoptimierung bieten. Letztliches Ziel eines derartigen Zugangs wäre es, dass mündige Mädchen und Frauen selbstbestimmt über ihr Bewegen und Leisten entscheiden (*Düring, 1993*) und sich gegebenenfalls auch gegen fremdbestimmte Vorgaben der Leistungsoptimierung verwehren.

### In diesem Heft ...

schreibt Göttinger, dass die Überlegung, in welcher Form und in welcher Intensität Mädchen bereit sind, Leistung zu erbringen, zentral in der Arbeit von Bewegungserzieherinnen ist. Es ist daher wichtig, die Einstellung zu Leistung und Anstrengung zu reflektieren. Viele Formate in traditionellen und aktuellen social Media Formaten zeigen mittlerweile Frauen, die an ihre Leistungsgrenzen gehen. Gerade die individuelle Leistungsgrenze zu kennen, ist eine wichtige Kompetenz, die im Sportunterricht der Mädchen erworben werden sollte. Göttinger zeigt auf, wie man das subjektive Belastungsempfinden besser wahrnehmen und damit die eigene Leistungsfähigkeit besser einschätzen kann.

Mit der Aufarbeitung zu Leistung im Kugelstoß, einer nicht per se weiblich konnotierte Sportart, verdeutlicht Griessel in diesem Heft, wie Erfolgserlebnis und Leistungszuwachs durch den eigenen Krafteinsatz erfahrbar wird und wodurch Schülerinnen erleben können, wie Leistungssteigerung erreichbar ist und dass Leistung positiv und toll für sie ist.

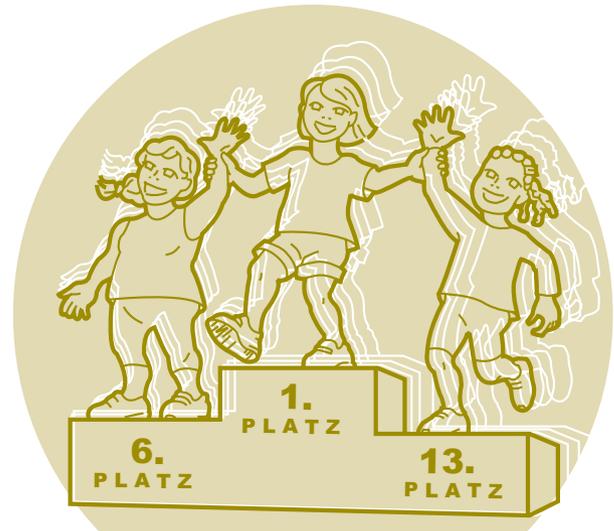
Kraus nähert sich dem Thema Leisten über ein Sprintangebot, um Handlungsspielräume jenseits klassischer Kodierungen von Sportarten zu erobern, wobei es nicht vorrangig um das Übertreffen anderer Schülerinnen geht, sondern ökonomische und zeitangepasste Bewegungen auszuführen und eine gute Differenzierungs- und Umstellungsfähigkeit zu entwickeln.

Selbst Leistungsziele festzulegen und die Bedeutung des eigenen Beitrags zur Zielerreichung zu erkennen, sind die Ziele des Laufbeitrags von Bauer. Gerade in der Mädchenarbeit sind selbstgesteckte Ziele, die nicht von außen herangetragen werden, ein wichtiger emanzipatorischer Ansatz und erhöhen Motivation und Leistungsbereitschaft.

Mit dem Hindernislaufbeispiel zeigt Pichler auch symbolisch auf, dass Mädchen überall hin/raufkommen können und Sport eine gute Möglichkeit ist, an persönliche Grenzen zu gehen, das Risiko richtig einschätzen zu können und ihren Mut sowie ihre Leistungsbereitschaft zu reflektieren und zu erhöhen. Pichler sieht mit dieser Möglichkeit auch die Chance, dass sich Mädchen gegebenenfalls auch selbstbewusst vorherrschenden Normen widersetzen können. Gerade für Mädchen mit Migrationshintergrund mit patriarchal geprägten Familienstrukturen kann Mut und Vertrauen in die eigene Stärke eine wichtige Grundvoraussetzung für ein selbstbestimmtes Leben sein.

Dass Vorbilder aus Film und Medien auch im Sportunterricht zum Anlass genommen werden können, um Mädchen für Leistung zu begeistern und Rollenstereotype zu überwinden, zeigt Wiesinger-Ruß mit ihrem fächerübergreifenden Projektvorschlag in Anlehnung an die Figuren der „Hunger Games“ auf. Studien zeigen, welchen Beitrag das Aufbrechen von Rollenklischees zur Steigerung von Resilienz bei Kindern leistet. Dass eine gute und stimmige Körperhaltung die Leistung positiv beeinflussen kann, stellt Wiesinger-Ruß über Beispiele aus der Sozialarbeit vor.

Welchen Beitrag neuronale Inputs liefern können, um die Effizienz und Qualität von Bewegungen zu verbessern, beschreibt Robl-Mrazek in ihrem Beitrag zu Neurofitness für Mädchen. Ziel ist es, durch die bessere Wahrnehmung der bewegungssteuernden Systeme und des Einsatzes konkreter Tools Bewegungssituationen besser einschätzen und gestalten zu können und dadurch gezielte Interventionen zu setzen, die die Bewegungsqualität erhöhen.



#### Literatur

- Benn, T., Pfister, G. & Jawad, H. (2011) (Eds). *Muslim women and sport*. (International Studies in Physical Education and Youth Sport). London: Routledge.
- Diketmüller, R. (2007). „An den Grenzen, da ist Leben“ – geschlechterrollenspezifische Begrenzungen und Möglichkeiten der Entgrenzung durch Bewegung und Sport. *Mädchen im Turnsaal*, 6–10.
- Diketmüller, R. (2016). Mädchen gestalten ihren Sportunterricht. *Mädchen im Turnsaal*, 6–11.
- Diketmüller, R. (2019). Zur Räumlichkeit des Sozialen in Bewegungs-/Raum-/Analysen und ihr Beitrag für sozial verantwortete Interventionen. In E. Balz & T. Bindel (Hrsg.), *Sport für den Menschen - sozial verantwortliche Interventionen im Raum* (S. 23–42). Hamburg: Feldhaus Czwalina.
- Dimitriou, M. (2019). Der postmoderne Körper im Wandel: Sport, Fitness und Wellness zwischen Gesundheitsorientierung, performativem Zwang und Optimierungslotik. In M. Dimitriou & S. Ring-Dimitriou (Hrsg.), *Der Körper in der Postmoderne. Zwischen Entkörperlichung und Körperwahn*. (S. 63–92). Berlin: Springer.
- Düring, S. (1993). *Wilde und andere Mädchen*. Die Pubertät. Freiburg: Kore.
- Fialova, L. (2019). Czech Girls in School Physical Education. In IAPESGW (Ed.), *70 Years IAPESGW. Always Promoting Physical Education and Sport for Girls and Women*. (pp. 74-75). Madrid: BG Creation & Advice Consulting.
- Frohn, J. (2007). *Mädchen und Sport an der Hauptschule: Sportsozialisation und Schulsport von Mädchen mit niedrigem Bildungsniveau*. Baltmannsweiler: Schneider.
- Hunger, I. (2019). Eltern – Wissen – Macht – Geschlecht. Geschlechtsbezogene Körper-, Bewegungs- und Sportsozialisation in der Kindheit. In I. Hunger, M. Zweigert & P. Kiep (Hrsg.), *Geschlechter – Wissen – Macht – Körper. Sozialwissenschaftliche Perspektiven auf Sport und leibliche Praxis* (S. 36–56). Münster: Lit-Verlag.
- IAPESGW (2010). *Accept and Respect Declaration*. [www.iapesgw.org](http://www.iapesgw.org)
- Pfister, G. & With-Nielsen, N. (2010). Ida spielt ihr eigenes Spiel – „doing gender“ im Sportunterricht. *Spectrum der Sportwissenschaften*, 22(2), 43–63.
- Pinnow, M. (2010). Motivationspsychologie. Gendering motivation: Geschlechterdifferenz im Wechselspiel von Nature und Nurture. In G. Steins (Hrsg.), *Handbuch Psychologie und Geschlechterforschung*. VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Wright, J. (1999). Changing gendered practices in physical education: working with teachers. *European Physical Education Review*, 6, 102–118.